

2020年 9月

## 予定献立表 初期

月	火	水	木	金	土
	1 つぶし10倍粥 魚とキャベツ煮 人参のだし煮	2 つぶし10倍粥 豆腐ペースト 玉葱とクリームコーン煮	3 つぶし10倍粥 魚のだし煮 胡瓜のとろとろ	4 つぶし10倍粥 トマトと豆腐煮 ナスのペースト	5 つぶし10倍粥 さかなと人参のとろとろ さつま芋ペースト
7 つぶし10倍粥 魚と玉葱のとろとろ マッシュバナナ	8 つぶし10倍粥 豆腐と人参のとろとろ煮 さつま芋ペースト	9 つぶし10倍粥 さかなのすり流し かぼちゃペースト	10 つぶし10倍粥 豆腐とキャベツ煮 ポテトマッシュ	11 つぶし10倍粥 さかなのおろし煮 トマトペースト	12 つぶし10倍粥 豆腐のとろとろ バナナペースト
14 つぶし10倍粥 魚のだし煮 小松菜のピューレ	15 つぶし10倍粥 豆腐のすり流し 人参のピューレ	16 つぶし10倍粥 魚のだし煮 玉ねぎくたくた煮	17 おべんとう	18 つぶし10倍粥 白身魚と小松菜煮 ぎゅうりのだし煮	19 つぶし10倍粥 豆腐と人参煮 じゃが芋煮
21 敬老の日	22 秋分の日	23 つぶし10倍粥 豆腐のトマト煮 胡瓜のだし煮	24 つぶし10倍粥 魚のとろとろ キャベツペースト	25 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 人参ペースト	26 つぶし10倍粥 じゃがいもとシラスペースト うらごしバナナ
28 つぶし10倍粥 豆腐のトマト煮 小松菜のとろとろ	29 つぶし10倍粥 さかなのおろし煮 にんじんと玉葱のだし煮	30 つぶし10倍粥 豆腐と胡瓜煮 梨ペースト		5~6か月の離乳食 この時期は、母乳やミルク以外のものを飲み込む練習をします。 離乳食はなめらかにすりつぶした、ポタージュ状です。 今はまだ、栄養のほとんどを母乳やミルクからとりますので、食事から とる栄養について悩む必要はありません。離乳食に慣れてきたら次のス テップに進みましょう。	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。